Proteger los ojos en el trabajo
es responsabilidad de todos.

www.healthyvision2010.org

Haga de la visión una prioridad de salud

Tener una mala visión y trabajar en condiciones que no son seguras pueden llevar a lesiones, pérdida de tiempo en el trabajo, pérdida de salario o, en casos extremos, discapacidad permanente o la muerte. Por lo tanto, cuando piense en las herramientas importantes para hacer su trabajo, asegúrese de que una visión sana esté siempre al principio de la lista. Algunas sugerencias para mantener una buena visión son:

Use equipo para proteger los ojos en el trabajo.

Los empleadores están obligados a proporcionar un lugar de trabajo seguro. En los lugares donde existen riesgos para los ojos, deben proveer equipo para proteger los ojos y asegurarse de que se use. Si usted debe usar equipo para proteger los ojos como parte de su trabajo, acostúmbrese a usar siempre el equipo adecuado para su trabajo y anime a sus compañeros de trabajo a que también lo usen.

Notifique inmediatamente a su empleador si en el lugar de trabajo no tienen disponible equipo para proteger los ojos, o si se da cuenta de nuevos riesgos para los ojos.

Busque ayuda de inmediato en caso de una lesión en los ojos.

Para reducir al mínimo los peligros para su visión, las lesiones en los ojos se deben tratar inmediatamente. No espere que los problemas o las lesiones en los ojos desaparezcan por sí solos. Sepa lo básico sobre primeros auxilios para lesiones en los ojos. Haga que su empleador coloque carteles con los requisitos de primeros auxilios en su lugar de trabajo.

Las partículas de polvo se pueden eliminar fácilmente lavándose los ojos en las estaciones designadas para esto. Las salpicaduras de productos químicos requieren que se enjuague completamente los ojos. El enjuague debe empezar inmediatamente y continuar mientras se lleva al trabajador a recibir ayuda médica. Si se lesiona el ojo con clavos, alambres, astillas u otros fragmentos, se debe llevar al empleado inmediatamente a la sala de emergencias sin hacer nada a los ojos. Los golpes severos al ojo también requieren de tratamiento médico de inmediato.

Hágase un examen de los ojos regularmente.

Imagine qué difícil sería tener una mala visión y trabajar con acero, operar una grúa o manejar un camión. Cuando no son corregidos los problemas de la visión como la miopía, la hiperopía, el astigmatismo y las enfermedades de los ojos, éstos pueden causar lesiones. A usted, a sus compañeros de trabajo o a personas inocentes, estas lesiones pueden costarles su salud, su capacidad de ganarse el sustento y su estilo de vida.

Hágase un examen de los ojos regularmente. Su profesional para el cuidado de los ojos (oculista) le recomendará el tipo de examen de los ojos que es mejor para usted, así como la frecuencia con que debe hacerse este examen.

Healthy People 2010 Vision

National Eye Institute
NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH

National Institute for Occupational Safety and Health NIOSH

CDC Workplace Safety and Health

National Safety Council

Proteger los ojos en el trabajo es responsabilidad de todos.

www.healthyvision2010.org

Durante un examen de los ojos, su oculista buscará problemas de los ojos que tal vez estén afectando su visión y que puedan ser corregidos con anteojos recetados, lentes de contacto, medicamentos o cirugía.

En un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas, le ponen gotas en los ojos para agrandar (dilatar) sus pupilas. Este procedimiento ofrece una mejor vista del interior del ojo, de modo que su oculista puede buscar señales tempranas de enfermedades de los ojos. La detección temprana y el tratamiento oportuno de una enfermedad de los ojos pueden ayudarle a proteger su visión.

Haga de la visión una prioridad de su salud.

Healthy People 2010 Vision
National Eye Institute, National Institutes of Health
NIOSH National Institute for Occupational Safety and Health
CDC Workplace Safety and Health
National Safety Council